

استراتيجيات التعامل مع ذوي التوحد

بمناسبة يوم التوحد العالمي 2 أبريل لعام 2020 م

أهدي أسر ذوي التوحد ، والقائمين على رعايتهم ، وكل مهتم بهذه الفئة هذا المرجع



إعداد : ياسر الفهد - والد شاب توحيدي - المملكة العربية السعودية - الرياض

نبذة عن ياسر الفهد – والد الشاب التوحيدي مشعل

أحد الرواد البارزين في دفع قضية أطفال التوحد إلى أرض الواقع لأكثر من 11 عاماً متواصلة واجتمع مع أصحاب المعالي الوزراء وشرح معاناة الأسر وواقع الخدمات التي تكاد شبه معدومة.

قاد حملة اعلامية للتوعية باضطراب التوحد عام 1999م ، إضافة إلى الاعلام المرئي مما شكل ضغطاً قوياً في قضية أطفال التوحد إلى أن تم الاعتراف بقضية أطفال التوحد وصدر الأمر السامي الكريم رقم 7 / 880 عام 1419هـ بتشكيل لجنة لدراسة تقديم خدمات لذوي التوحد وقد تم الرفع بالتوصيات اللازمة لتقديم الخدمات لفئة ذوي التوحد. سلم مشروع دراسة مراكز التوحد في المملكة العربية السعودية لوزير الدولة لمجلس الوزراء.

ساهم ياسر الفهد في تثقيف وتدريب مقدمي الرعاية وأسرة ذوي التوحد في المملكة العربية السعودية والعالم العربي على مدى 20 عام ، حيث قدم عدد من المشاركات العلمية والمحاضرات في عدد من اقطار العالم العربي وشرق آسيا منها: دولة الكويت ، المملكة الأردنية الهاشمية ، مملكة البحرين ، دولة قطر ، الامارات العربية المتحدة في كل من الشارقة / دبي / أبوظبي ، اليمن ، جمهورية الفلبين.

مؤلف كتاب **"قصص واقعية في رعاية إبني التوحيدي"** والذي تكفلت بطباعته ونشره الجمعية السعودية للتوحد بالرياض ترجم عدداً من كتب اضطراب التوحد منها: **كتاب لماذا يتصرف طارق هكذا؟ وكتاب عقل شخص وحده** وتكفل بطباعة الكتابين ونشره مركز الكويت للتوحد وعدد من منشورات مركز أبحاث التوحد بجامعة ساندرلاند بالمملكة المتحدة إضافة إلى بعض الأبحاث والدراسات العالمية.

- تم تكريمه على جهوده في قضية اطفال التوحد من قبل نائب أمير منطقة الرياض صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن عبدالرحمن بن عبدالعزيز آل سعود.
- تم تكريمه على جهوده في إظهار قضية أطفال التوحد من قبل ولي العهد السعودي صاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن عبدالعزيز آل سعود رحمه الله.
- تكريمه من قبل حاكم الشارقة الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي وذلك تقديراً لدعم مدينة الشارقة للخدمات الانسانية بالشارقة.
- تم تكريمه من قبل مؤسسة زايد العليا للخدمات الانسانية بأبو ظبي.
- تم تكريمه من قبل الشیخة أورد الصباح ومركز الكويت للتوحد بالكویت.
- تم تكريمه من قبل معالي مدير عام الخطوط السعودية على حصول الخطوط السعودية على المركز الأول على العالم حيث ابتكر برنامج خدمات المسافرين التوحيديين على الطائرات.
- تكريمه من قبل وزير العمل والشئون الإجتماعية بالمملكة العربية السعودية.
- تم تكريمه من قبل الرئيس العام لرعاية الشباب بالمملكة العربية السعودية

استراتيجية التعامل مع الإكتئاب الناجم عن إصابة أحد أفراد الأسرة بالتوحد

تحية طيبة مباركة .. يسعدني كوني والد شاب توحدي أن أنير درب كل أسرة لديها ابن أو ابنة من ذوي التوحد .. والذي يعتبر صعباً تقبله من الوهلة الأولى وقد يسبب ذلك نوعاً من الإكتئاب والصدمة والنكران وعدم الاعتراف بهذا المصاب الذي هو بأمر الله تعالى.

لكل أب وأم أحلاماً قاموا برسمها قبل أن قدوم طفلهم وهذا أمر طبيعي جميعنا مررنا به، ولكن عند بدأ ظهور العلامات المؤشرة بأن هناك مشكلة لدى الطفل نبدأ بالبحث عن اسم المشكلة وكيفية معالجتها وهذا أيضاً أمر طبيعي، فنذهب إلى الأطباء والمختصين الذين قد يفاجئونا بالتشخيص وبحقائق مفرجة لا نصدقها أو نتقبلها في بداية الأمر خصوصاً عندما يتيقن الطبيب بأن الإصابة هي اضطراب التوحد.

ولكن حينما نؤمن بأن تلك هي إرادة الله، فإننا كأباء وأمهات سوف نتفرغ لما هو أهم، ألا وهو طفلنا وكيفية تحسين حياته إذا علمنا بأنه لا علاج دوائي ولا غذائي فاعل للتوحد سوى برامج التدخل المبكر وتعديل السلوك والتربية الخاصة بالإضافة إلى الخدمات العلاجية المساندة كالعلاج الوظيفي والعلاج الطبيعي وعلاج النطق والتخاطب.

اضطراب التوحد بالنسبة لأي أسرة ماذا يعني ذلك؟:

- بداية رحلة طويلة.
- رحلة بدايتها صدمة ونكران و حزن ، يؤدي إلى الإكتئاب.
- يمكنك التغلب على الاكتئاب عن طريق تقييمك للموقف من منظور مختلف.

غير أفكارك .. تتغير حياتك .. تعيش سعيداً

- إذا كنت تعتقد بأن اضطراب التوحد عبارة عن بداية شيء سيء في حياتك ، فأنت بذلك تسبب لنفسك الألم.
- تخلصي عن هذا المعتقد السلبي عن اضطراب التوحد.
- أنظر إلى اضطراب التوحد بأنه حقيقة واقعة يصيب بعض الأشخاص.. إجعل نظرتك إيجابية.. تفاعل!!

ركز على الإيجابيات لدى الطفل

- الأطفال ذوي التوحد لديهم العديد من السمات الإيجابية والقدرات.
- معظم الأطفال ذوي التوحد لديهم ذكاءات مختلفة ، ولديهم قلب صافي ، وبراءة جميلة تدخل السرور على القلب.
- ستشعر بالاستمتاع إذا قمت بتغيير معرفتك إلى المعرفة الإيجابية عن التوحد.

لا تكن متعلقاً بنتائج جهودك لمساعدة طفلك!

- ركز على ما تستطيع فعله لمساعدة الطفل.
- لا تؤمل كثيراً على الشفاء التام من التوحد. كن واقعياً.
- تقبل ابنك أو ابنتك من ذوي التوحد كما هي حالتهم.
- عليك بالرضى بما قسمه الله.

قوي عزمك!

- استرخِ 10 دقائق يومياً لكي تتخلص من الضغوطات التي تصيبك.
- اجلس لوحده في غرفة للاستجمام.
- تنفس ببطء من أنفك وأمسك نفسك لثواني، ثم أخرجه من خلال فمك.
- النتيجة لذلك هي شعورك بزيادة الهدوء تدريجياً مع مرور الوقت.

قوة الإيمان:

- الإيمان بالقضاء والقدر من أركان الإيمان .. اعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك .. وما أخطأك لم يكن ليصيبك.. وأن كل شيء بقضاء الله وقدره كما قال سبحانه .. (إنا كل شيء خلقناه بقدر) القمر/49 .. وقال الله تعالى : (ما أصاب من مصيبة في الأرض ولا في أنفسكم إلا في كتاب من قبل أن نبرأها إن ذلك على الله يسير) الحديد/22.
- الصبر جزاؤه الجنة كما قال سبحانه : (وجزاهم بما صبروا جنة وحريراً) الإنسان/12.
- لقد أرشدنا الله إلى ما نقوله عند المصيبة .. وبين أن للصابرين مقاماً كريماً عند ربهم فقال:
- (وبشر الصابرين، الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون، أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة وأولئك هم المهتدون) البقرة /155-157
- لذا عزيزتي الأم عزيز الأب لا تقلق فأنت أسعد الناس فقط تقبل ما وهبه الله لك وإرض بما قسمه الله لك تكن أغنى الناس.

الإحتواء .. المفهوم الأهم لدعم الأطفال ذوي التوحد

كثيراً ما نسمع عن كلمة الإحتواء ، ولكن ما معنى الإحتواء؟ ومن الذي يقدم الإحتواء؟ ولمن يقدم الإحتواء؟ وهل الإحتواء معم للتعامل مع ذوي التوحد؟ كثير من التساؤلات دعنتني إلى محاولة شرح ذلك والتي أرجوا من الله أن تكون عوناً ونوراً لأسر الأطفال ذوي التوحد.

معنى كلمة الإحتواء وفق **"علم النفس التحليلي"** هو الطريقة التي يستوعب فيها أحدنا الطرف الآخر ويشمله ويهتم به وبمشاعره بشكل يغطي جوانب حياته ، أي هو تمام كالوعاء الكبير الذي يحتوى الوعاء الصغير . (سمير رضوان : 16 أبريل 2018)

وبالنسبة لذوي التوحد : فإن الإحتواء هو خلق بيئة محيطة حول ذوي التوحد تعطيهم شعوراً بالأمن والأمان. وبعقادي أن القلق والتوتر منتشر في حالات التوحد هما السبب الرئيس للصعوبات التي تواجه الأطفال ذوي التوحد.

الإحتواء هو طريقة توفير بيئة محيطة تتوافق مع توقعات ذوي التوحد واحتياجاتهم بحيث يمكنهم الشعور بالأمان والحماية من الفرط الحسي المستمر ، وأيضاً من المخاطر التي قد تباغتهم فجأة ومن مخاطر المشاعر الاعتباطية السلبية والتي قد لا تكون ضمن حساباتهم ولكنها مدمرة بالنسبة لأطفال ذوي التوحد.

متى ما تخّص هؤلاء الأطفال ذوي التوحد من تلك العوامل المزعجة للإستقرار بالنسبة لهم وتم احتوائهم في بيئة تشعرهم بالأمان فإنه ستكون لهم فرصة حقيقية لإستجماع قواهم والتركيز على تنمية الإدراك cognitive والاجتماعية social والمشاعر feeling والتي عادة ماتكون مستحيلة عندما تداهمهم الاستثارات الحسية المفرطة والتي تؤثر على توازنهم بسهولة ، لذلك فإن الأطفال ذوي التوحد بحاجة إلى توجيه كافة قدراتهم للتعامل مع تلك الاستثارات الحسية بدلاً من التركيز على رشدهم.

الإحتواء .. لمن؟

بينما الإحتواء يعتبر مهماً للعمل مع أطفالنا ذوي التوحد إلا أنه أيضاً مهماً للجميع. إذا شعرنا بالخوف أو عدم التقدير أو السلبية فإننا جميعاً لا نستطيع أن نقدم أفضل ما لدينا للعناية بالطفل ذوي التوحد.

وعادة فإن عملية الإحتواء يقوم بها شخصين : **الشخص المحتوي والشخص المحتوى.** هذه العملية ليست خاصة فقط بالأأم والطفل بل هي مستمرة خلال حياة الانسان، وتظهر بشكل خاص عند حاجة الانسان لشخص آخر ليساعده في ضائقة يمر بها في لحظة معينة. في هذه اللحظة تقع مسؤولية أكبر على الشخص المحتوي ، الذي يتوقع منه بالإضافة إلى قدرته على الهدوء والتعاطف، أن يحافظ على رباطة جأشه مع رسم حدود واضحة لا يسمح بها للشخص المحتوى أن يؤذيه. (بسمة : 11 / 1 / 2015)

وبما أن القلق والتوتر فطري ومتأصل وسائد في التوحد ، فإن احتواء الفرد ذوي التوحد يعتبر أثمن وأفضل ما يمكننا القيام به لتمكين لذوي التوحد. ولكن لا ننسى أيضاً أن الشخص المحتوي لذوي التوحد بحاجة إلى أن يُقدّم له الإحتواء أيضاً لكي يقوم بالمهمة على أكمل وجه.

أحد أوجه الإحتواء على سبيل المثال : عندما تأتي الأسرة إلى مركز التربية الخاصة أو الجهات المقدمة للرعاية فإن على مقدمي الرعاية المبادرة وتقديم الترحيب الحار للأسرة والتعاطف معهم والتأكد من أن الأسرة تشعر بالراحة والاطمئنان في ذلك المركز أو المكان ، وأيضاً في حال التحاق ذوي التوحد بالمركز فيمكن أن يخصص لهم وقتاً لزيارة أبنائهم أثناء تقديم البرنامج العلاجي ومشاركتهم مما يُشعر الأسرة بالإحتواء لطفلهم ولهم وأن الجميع هنا في رعايتهم.

نحن أيضاً بحاجة إلى أن نقدم الإحتواء لبعضنا البعض والإحترام عندما نجتمع في مجموعات، ونتبادل ما تعلمناه من خبرات وإعطاء بعضنا البعض جرعة أمل إيجابية. وكأولياء أمور نحن بحاجة إلى التنفيس عن أنفسنا وإخراج الضغط المترتب علينا.

ومن الجانب الأسري أشارت إحدى الدراسات الأوروبية بأن نسبة الطلاق في حال وجود طفل معاق لدى الأسرة تتراوح ما بين 50 – 70 % . لذلك يجب المحافظة على الأسرة من قبل رب الأسرة خصوصاً في ظل وجود طفل أو طفلة من ذوي التوحد والحرص على توفير كافة أنواع الإحتواء للزوجة والأبناء وتوفير الحب والتقدير والرعاية والأمن والأمان لهم لكي تستمر الحياة في ظل تلك الضغوطات الكبيرة التي تواجهها في التعامل مع الطفل ذوي التوحد ومتطلباته في الحياة. والتي ستنعكس إيجابياً على التعامل مع الطفل ذوي التوحد.

ليكن الإحتواء أحد أهم مفرداتنا في الحياة وفي تعاملنا مع أطفالنا ذوي التوحد وأيضاً مع بعضنا البعض.

كيف تساعد الطفل ذوي التوحد على مواجهة التغيير؟

الطفل ذوي التوحد ومقاومة التغيير

- يعرف الأطفال ذوي التوحد بمقاومة التغيير، وبذلك الخاصة تواجه الأسرة مشاكل جمة في عملية التغيير حتى وإن كانت بسيطة.

- سنستعرض هنا 6 خطوات تسهم في جعل الطفل ذوي التوحد يواجه التغيير ويتقبله.

1- التزم بالروتين

- التزم بالروتين قدر الاستطاعة حيث أن الأطفال ذوي التوحد يميلون إلى الروتينية.
- عادة ما تحدث المشاكل عند تغيير الجدول الزمني المنتظم.
- من الناحية المثالية للتعامل مع الأطفال ذوي التوحد يجب عليك أن تجدول أوقات الأعمال مثل: وقت الوجبات، وقت النوم ... إلخ
- حاول تجنب تغيير الروتين إلا في حالة الضرورة القصوى.

2- أخبر الطفل بجدوله لليوم التالي

- أخبر الطفل ذوي التوحد عن جدوله لليوم التالي والتوقعات خصوصاً إذا كان هناك تغيير في خطة الجدول لا بد منه.
- قم بتكرار ما قلته بأوجه مختلفة حتى يفهم الطفل ذلك. على سبيل المثال إذا كنت ستقود سيارتك وتذهب بالطفل إلى المدرسة: قل له قبل الذهاب به أنت ذاهب إلى المدرسة ثم قل له مرة واحدة أنه ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة، وعند ركوبه للسيارة قل له: أنت ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة.
- قم بتذكير الطفل مرة أخرى عند نزوله للمدرسة، أنت ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة.

3- أعرض صور المكان الذي أنت ذاهب له

- أعرض صور المكان الذي أنت ذاهب له مع الطفل ذوي التوحد.
- إذا كنت ذاهب إلى البقالة، جهز صور البقالة مسبقاً عن طريق التقاطها وطبعها.

- معظم الأطفال ذوي التوحد بصريين، وباستخدام الصور للأماكن التي ترغب الذهاب إليها معهم يساعدهم على الاستعداد للمكان الذي سيذهبون إليه إذا كان خارجاً عن روتين حياتهم العادية.

4- أعرض صور الضيوف الذين سيزورونكم

- أعرض صور الضيوف الذين سيقومون بزيارتكم.
- على سبيل المثال بدلاً من أن تقول للطفل: أن جدته وجدته سيأتون لزيارتنا، أعرض صورهم أثناء شرحك للخطة للطفل.

5- أعرض للطفل أنك تخطط للتغيير

- التغيير على سبيل المثال في الأثاث أو الممتلكات الخاصة بالمنزل أو البيئة التي يعيش فيها الطفل يكون مزعجاً جداً للطفل ويسبب له القلق خصوصاً إذا كان مفاجئاً.
- قم بإخبار الطفل أثناء عملية ترتيبك للأثاث وتغييره بأن تقوم بالتغيير أو إعادة الترتيب لكي يتفهم الوضع دون قلق.
- على سبيل المثال: قم بسؤال الطفل قبل التغيير: ما رأيك لو قمنا بتحريك الكنبه إلى الجهة الأخرى؟

6- تجاهل أي سلوك سلبي يظهره الطفل ذوي التوحد كنتيجة للتغيير.

- تجاهل أي سلوك سلبي يظهره الطفل ذوي التوحد كنتيجة للتغيير.
- يجب أن يتعلم الطفل مواجهة التغيير على الرغم من صعوبة ذلك.
- لا تلوم الطفل .. لا توبخ الطفل .. لا تصرخ في وجه الطفل .. فقط تذكر بأن الطفل ذوي التوحد لديه صعوبة في التعامل مع التغيير.

إفهم القضايا الحسية لدى ذوي التوحد

1- تعرف على أساسيات الضعف الحسي

- الضعف الحسي هو بحد ذاته اضطراب.
- معظم الأطفال الذين يعانون من الاضطرابات الحسية يستعرضون سلوكيات شبيهة بسلوكيات الأطفال المصابون باضطراب طيف التوحد.
- الذين يعانون من الاضطراب الحسي ليس لديهم ضعف في التواصل والمهارات الاجتماعية.

2- زد من معرفتك عن المشكلات الحسية في التوحد

- إقرأ عن المشكلات الحسية في التوحد.
- اسأل المعالجين وأخصائيي السلوك عن مواضيع وأدبيات المشكلات الحسية لتزيد من معرفتك بها.
- يمكنك الرجوع إلى الشبكة العنكبوتية للحصول على مصادر المعلومات حول القضايا الحسية.

3- فرّق بين نظام فرط الحركة الحسية وقلّة الحركة

- فرّق بين نظام فرط الحركة الحسي وبين قلّة الحركة الحسي.
- الأفراد الذين يعانون من فرط الحركة الحسية سيتجنبون الأنشطة ذات الحركة.
- الأفراد الذين يعانون من قلّة الحركة الحسية يسعون للأنشطة ذات الحركة.

4- ملاحظة السلوكيات الفردية للطفل

- قم بملاحظة السلوكيات الفردية للطفل.

- الطفل ذوي التوحد الذي لديه مشاكل حسية يظهر دلالات أو إشارات إلى ما يحتاج إليه.
- الأشخاص الذين لديهم فرط الحركة الحسية قد يختبئون في المرتبة أو الأريكة، بينما الذين يعانون من قلة الحركة الحسية قد يهزون أنفسهم إلى الأمام والخلف.

5- بناء التعاطف

- تعرّف على المشاكل حسية لكل طفل على حدة.
- لاحظ ودوّن تلك المشكلات.
- بعض المواد قد تكون مهيجة للبعض، بينما الآخرون قد يكونون مرتاحين من لمس تلك المواد.

6- حجب الحواس

- حجب الحواس هنا نعني به التعرف على كل شيء يمكن أن يسبب مشكلة حسية للطفل.
- مثال: إمس الأقمشة، استمع إلى الأصوات البعيدة وحاول شرحها وتصويرها عقلياً للطفل بحيث عندما يراها الطفل يتأقلم معها.
- قم بزيارة المتاجر ولاحظ معالمها، والأصوات، والملمس، ودرجة الحرارة، والحركة التي تحصل فيها.

7- لاحظ المدخلات الحسية التي يتم تجاهلها

المشكلة على بيل المثال:

- لا يستطيعون فلترة الأصوات
- روائح العطورات
- الأصوات العالية

- صوت الاحتكاك
- الاعلانات المفاجئة في الأسواق

8- ملاحظة كيفية تعامل ذوي التوحد مع الفط الحسي

الحركات التي تظهر على الطفل التوحد:

- ررفة الأيدي
- الخبط على الوسادة
- احتضان لعبة

يقوم الطفل بذلك من أجل التخفيف الفط الحسي.

كيف تحسن النوم لدى الطفل ذوي التوحد؟

- يعاني حوالي 40 – 80% من الأطفال ذوي التوحد من اضطراب النوم وفق ما نشرته WebMD.com
- مشاكل النوم المتكررة لدى ذوي التوحد تشتمل على قلة النوم، مشاكل النعاس، الاستيقاظ المتكرر أثناء النوم ليلاً، الأرق.

بعض الطرق لتحسين النوم لدى ذوي التوحد:

- أنشيء الروتين الليلي مع طفلك ذوي التوحد.
- حاول أن تعطي الطفل حماماً (الاستحمام) قبل النوم.
- إقرأ له قصة.
- تأكد من أن تضع الطفل في السرير للنوم في نفس الوقت كل ليلة.

تجنب المنبهات

- تجنب المنبهات خصوصاً عند قرب وقت النوم مثل: الكافئين والسكر.

- تجنب الأنشطة الحسية قبل النوم مثل مشاهدة الفيديو أو مشاهدة التلفزيون.

ساعد الطفل على الاسترخاء

- ساعد الطفل على الاسترخاء قبل وقت النوم، على سبيل المثال: تشغيل الموسيقى الخفيفة التي تبعث على الاسترخاء، أو قم بتدليك ظهر الطفل بلطف (مساج خفيف).
- أظهر العلاج بالمساج أو التدليك تحسن جودة النوم لدى الأطفال ذوي التوحد، وذلك وفق دراسة نشرت عام 2003م من قبل Touch Research Institute.

المكمل الغذائي "ميلاتونين" Melatonin

- تكلم مع طبيب الأطفال عن إعطاء الطفل مادة "الميلاتونين" Melatonin قبل النوم.
- الميلاتونين هو هرمون في الجسم يفرز من الغدة الصنوبرية يساعد الانسان على النوم، ويوجد كمكمل غذائي يساعد على النوم دون أي آثار جانبية تذكر حتى هذا الوقت.

الستائر والأشياء الأخرى

- اختر ستائر عازلة للضوء.
- اختر سجاد سميك لمنع صوت المشي على الأرض.
- تأكد بأن الباب لا يصدر صوت الزقزقة عند فتحه أو غلقه.
- تجنّب الازعاجات الحسية يساعد الطفل ذوي التوحد على نوم.

كيفية التعامل مع نوبات الغضب لدى الأطفال ذوي التوحد

- يعاني الأطفال والكبار ذوي التوحد من نوبات الغضب التي قد تكون مجهولة السبب، وذلك نظراً لصعوبة التواصل وعدم القدرة عن التعبير.

- الطفل ذوي التوحد أثناء نوبات الغضب لا يكثرث بالموقف الاجتماعي وبمن يحيط به وردود أفعالهم.
- كن على استعداد لكيفية التعامل وتهدئة الطفل في الأماكن العامة.

1- أسباب نوبات الغضب

- انتبه لاحتياجات الطفل ذوي التوحد.
- عدم قدرة الأطفال ذوي التوحد على التواصل والتعبير عن احتياجاتهم بسبب الاحباط والاستياء.
- على سبيل المثال: الجوع، التعب، الألم، يلعب دوراً كبيراً في التأثير على مزاج الطفل.
- يساعد الاهتمام باحتياجات الطفل على التخفيف من نوبات الغضب، ويجعل الطفل أكثر تعاوناً.

2- تجنب مخالفة الروتين

- الأطفال ذوي التوحد لديهم الثبات على روتين ونمط معين.
- خرق الروتين بصورة مفاجئة وغير متوقعة للطفل يؤدي إلى غضب وزمجرة الطفل.
- على الرغم من أن الروتين لا يمكن أن يتبع في بعض الأوقات إلا أنه يجب عليك قدر المستطاع جعل الطفل يتبع جدولاً واضحاً وروتيناً.

3- اعرف البيئة المحيطة بالطفل

- تعرف على البيئة التي فيها الطفل جيداً، وكن على دراية بأن الأطفال ذوي التوحد لديهم مشاكل في التكامل الحسي.
- المثيرات الحسية مثل الأصوات العالية، الأضواء الساطعة، كثرة الناس في المكان، جميعها تؤثر على الطفل ذوي التوحد.

- من العلامات التي قد تظهر على الطفل وضع اليد على العين، أو إغلاق الأذن، أو الصرخ، في هذه الحالة أخرج الطفل إلى مكان أهدأ.

4- اجتهد!

- بما أن معظم الأطفال ذوي التوحد غير قادرين عن التعبير عن احتياجاتهم أو التحكم في أحاسيهم، فإن عليك الاجتهاد لمعرفة ما يزعج الطفل.
- استخدم سجّل، ودوّن فيه الأحداث، وملاحظاتك حول نوبات الغضب، وقم بتحليلها.
- تعرف على السبب، أو المثير الذي أدى لنوبة الغضب عند الطفل، ومن ثم أزل المثير فوراً.
- قم بعمل استراتيجية لتهديئة الطفل تستخدمها في المرة القادمة لتفادي نوبة الغضب.

5- تعامل مع نوبة الغضب

- سلامة الطفل ومن حوله تأتي المقام الأول.
- قم بإزالة الأشياء التي تُشكل خطراً على الطفل أثناء نوبة الغضب لأن الطفل قد يكون خارج نطاق السيطرة.
- أخرج الطفل إلى مكان آخر وفي حال عدم رغبته، أخرج من حوله جميعاً.
- قد يستدعي الأمر إلى التدخل الطبي واستشارة الطبيب بحضور الأسرة لاستخدام العلاج الملائم لتخفيف حدة نوبات الغضب لدى الطفل.

6- إبقَ هادئاً

- إبقَ هادئاً، لا داعي للتعبير الوجهية والجسدية.
- أطلب من الطفل أن يهدأ بطريقة مباشرة وكن حازماً.
- كرر على الطفل طلبك، إبقَ هادئاً، إبقَ هادئاً، إبقَ هادئاً، إلى أن يهدأ.

- لا تغضب، وتحكم بأعصابك ومشاعرك، الغضب والصراخ سيزيد الأمر سوءاً بالنسبة للطفل ذوي التوحد.

7- تجاهل نوبة الغضب

- تجاهل نوبة الغضب في حال أن ما يطلبه الطفل غير معقول أو منطقي.
- يجب على الطفل أن يتعلم أنه لن يحصل على مراده عن طريق نوبة الغضب في كل مرة.
- انقل الطفل إلى مكان آخر حتى يهدأ.
- نوبات الغضب عبارة عن لعبة قوة ذكية، يقوم بها الطفل في كل مرة يرغب فيها الحصول على مراده.

8- أصرف انتباه الطفل!

- أصرف انتباه الطفل ذوي التوحد عن نوبة الغضب باستخدام المعززات التي يفضلها الطفل. (دائماً كن مسلحاً بالمعززات).

9- التعامل مع البشر!!!

- قد تؤلمك ردة فعل الآخرين في الأماكن العامة في حال أن طفلك انتابته نوبة غضب.. كل ما عليك عمله إما تعليم الناس، أو تجاهلهم!!

طنش .. تعش .. تنتعش!!

كيفية تهدئة الأطفال ذوي التوحد

- عادة ينتاب الأطفال ذوي التوحد الصغار والبالغين نوبات من الغضب والزمجة.. قد يعرف سببها أو لا يعرف.

- إذا كنت ممن يتعامل مع ذوي التوحد فإن من المهم أن تعرف كيف تقوم بتهديهم.

1- إذا كان الطفل ذوي التوحد ناطق

- اسأل الطفل ذوي التوحد إذا كان من الأطفال الناطقين عما يسبب له الإزعاج، ثم أزل ذلك المصدر المسبب للإزعاج للطفل.
- إذا كان مصدر الإزعاج التلفزيون أو صوت عالٍ، قم بإبعاد الطفل ذوي التوحد من هذا المكان إلى مكان أهدأ.

2- إذا كان الطفل ذوي التوحد غير ناطق

- قم بإيقاف أي مصدر صوت مزعج في المكان سواءً كان تلفزيون أو مسجل .. أو غيره.
- عادة الأطفال ذوي التوحد لديهم مشاكل في المدخلات الحسية، بحيث يسمعون الأصوات ويشعرون بأنها أعلى بكثير من غيرها.

3- استخدم علاج التدليك

- العديد من ذوي التوحد يكون معهم العلاج بالتدليك مفيداً جداً.
- قم بمساعدتهم بالتدليك بالضغط برفق على الجسد، ذلك الأكتاف، قم بفرك الظهر ..
- اجعل حركتك أثناء التدليك خفيفة وناعمة ودقيقة.

4- قم بالضغط الخفيف على أجسادهم

- حاول تطبيق الضغط الخفيف على الجسد.
- إذا كان ذوي التوحد جالساً قف خلفه ومرر ذراعيك حول صدره.
- اجعل رأسك جنب رأسه، واجعل خدك يلامس خده واضغط بلطف.
- يساعد ذلك ذوي التوحد على الاسترخاء والهدوء.

5- احم الطفل

- إذا كان ذوي التوحد يقوم بتدمير أو رمي الأشياء أثناء الغضب، فإن ذلك قد يسبب ذلك ضرراً.
- احم رأس الطفل عن طريق حضن الطفل وجعل رأسه إلى صدرك بين ذراعيك. أو ضع وسادة تحته..

6- امسك الطفل

- امسك الطفل.
- ربّت على ظهره، قم بفرك الأكتاف بلطف.
- أظهر المودة للطفل.
- تساعد الخطوات السابقة على تهدئة الطفل.

7- أزل الملابس غير المريحة

- قد تكون الملابس غير مريحة وعائقة للطفل.
- قم بإزالة الملابس غير المريحة عن الطفل، مثل المعطف، أو الجاكيت .. أو غيرها.
- لاحظ بأن بعض التوحديين لديهم حساسية الملمس.

8- احم الطفل!

- إذا كنت قادراً على حمل الطفل، احمه إلى مكان هاديء.
- إذا كنت غير قادراً على حمل الطفل، أطلب من كل من في المكان مغادرته.

9- إذا تفاقم الوضع .. أطلب المساعدة.

إضطراب التوحد في الصف الدراسي المنظور الشامل

هنا شرح مبسط عن كيف يبدو اضطراب التوحد في الفصل الدراسي واستراتيجيات المساعدة التي يجب أن تتبع مع الطفل من قبل المعلمة أو المعلم ومقدمي الرعاية.

كيف يبدو اضطراب طيف التوحد في الصف الدراسي؟

- ضعف التواصل
- سلوكيات شاذة
- ضعف التفاعل الاجتماعي

ضعف التواصل ويتمثل في:

- التواصل غير اللفظي
 - قلة الحصيلة اللغوية
 - اللغة التعبيرية
 - نسق اللغة .. اللغة الإجتماعية
- سوف أقوم بشرح كل نقطة على حدة بأسلوب مبسط.

اللغة التعبيرية: استخدام اللغة

- المصاداة: ترديد ما يقوله الآخرون
- تأخر المصاداة (الترديد)
- عكس الضمائر
- استخدام الأجهزة البديلة للكلمات أو نظام التواصل البديل (الصور، لغة الإشارة)

نسق اللغة: اللغة الاجتماعية

- الفراغ الشخصي الداخلي
- تقلبات طبقات الصوت وحدته ونغمته
- اختفاء التعبيرات الوجهية
- بُعد واحد للحديث
- التحدث دون الإلتفات للشخص الآخر
- ضعف الفهم
-

السلوكيات الحادة منها:

سلوك إيذاء الذات

- ضرب الرأس
- العض أو القرص
- الضرب

سلوك إيذاء الآخرين

- الركل
- الضرب
- العض أو القرص

سلوك الاستثارة الذاتية منها:

الاستثارة البصرية

- الحملقة في الأضواء
- الغمز وتغميض العين المتكرر

- رفرفة اليدين أمام العين

الاستثارة اللمسية

- فرك الجلد باليدين أو الأدوات
- الخدش / الخريشة

الاستثارة السمعية

- قرع الأذنين
- عض الأصابع
- عمل أصوات

الشم

- رائحة الأشياء / رائحة الناس
- شم الأشياء / شم الناس

الاستثارة الدهليزية

- الهزهزة إلى الأمام والخلف أو الهزهزة على الجنبين

التذوق

- وضع الأدوات في الفم
- لعق الأدوات

سلوكيات شاذة إضافية منها:

السلوكيات السلبية

- الأنين، البكاء، نوبات الغضب، الزمجرة الاحتجاج (تقييم التعزيز وعمل نظام خاص بالطفل).

شذوذ الإدراك الحسي

- الاستجابة غير الطبيعية للأحاسيس
- صعوبة تنظيم وفلتره التأثيرات الحسية عن طريق الدفاعات اللمسية.

الاندفاع والتهور القوي

- اهتمامات ضيقة محدودة.

التحفظ

- الثبات والانخراط التام بالأشياء أو أجزاء من الأشياء أو جزء من الحوار الدائر.

التصلب / التعنت

- الإصرار على النمطية والروتين .. صعوبة في التغيير.

الضعف الإجتماعي

- علاقة ضعيفة مع القرناء.
- مجموعة اهتمامات ضيقة ومقيدة.
- ضعف الإنتباه المشترك.
- ضعف في اللعب البناء والتخيلي.
- عدم مرونة التفكير.

تعميم المهارات والمحافظة عليها

- عدم المقدرة على المحافظة على المهارات دون ممارسة متكررة.
- التعميم لا يحدث بطريقة عفوية (استحدث مواقف واستخدم بيئة طبيعية).

استراتيجيات المساعدة:

- الثبات وعدم التقلب
- التنظيم
- وضوح التوقعات
- المعينات البصرية
- تسمية الأشياء في الفصل
- التشجيع على التعبير
- التشجيع على زيادة المفردات
- تجنب التفكير والاستنتاج (خاصة خلال سلوك عدم التأقلم)

الخصائص التعليمية التي يجب تذكرها:

- مهارات تدرس مباشرة
- تدريس تعميم المهارات
- صعوبة انتباه الطفل
- استخدام الطريقة البصرية
- التغيير أمرٌ لا يمكن تحمله بالنسبة للطفل
- صعوبة تأدية الطفل للمهام عندما يطلب منه.
- ذاكرة قوية، لكن القدرة على الفهم ضعيفة.
- قد تحتاج لوقت إضافي للمعالجة وأداء المهمة.
- التحفيز ليس مضموناً – لذلك قد تتغير المعززات باستمرار.
- وقت حمول الطفل ووقت الإنتظار صعب للغاية.

استراتيجيات التدريس الفاعلة والتوحد

تسهم البيئة المنظمة والروتين والتكرار المستمر في تعلم الطفل وتحسن حالته.

لكي تحقق النجاح الأكاديمي عليك بتعلم:

- توظيف وتشجيع المهارات الاجتماعية والحياتية.
- التقنية التي يستخدمها الأطفال لتهدئة أنفسهم

تجنب المثيرات الزائدة مثل:

- الزينة
- الفوضى في الصف
- الممرات يجب أن تكون سالكة
- ترتيب الطاولات والكراسي
- ألوان الفصل
- لوحة الاعلانات

احترم مشاعر الأطفال ذوي التوحد

- الأطفال ذوي التوحد لديهم القدرة على الفهم مثل الأطفال الآخرين
- الأطفال ذوي التوحد فقط بحاجة إلى تدريسهم بطريقة مختلفة في بيئة تلبية احتياجاتهم الخاصة.

نعم للتنظيم .. لا للتغيير / نعم للروتين والتكرار

- الأطفال يقاومون التغيير وبحاجة إلى بيئة منظمة والروتين لذلك أنت بحاجة إلى:
- إعادة تغيير أماكن أي شيء في الفصل في نهاية الأسبوع غير مرغوب فيه ويسبب إزعاج للطفل.

- التكرار والروتين يقدم للأطفال النظام الذي يحتاجونه.

أعطِ خيارات قليلة

- الأسئلة تربك الأطفال
- يمكن توظيف واستعمال استراتيجيات الأسئلة المغلقة – إجابتها بـ ”نعم أم لا“.
- السؤال المغلق البسيط يزيل إرباك الطفل ويشجع قدرة الطفل على النجاح في إتخاذ القرار.

تصرفات المعلم .. انتبه إلى:

- انفعالاتك
 - نبرة صوتك
 - حدة صوتك
 - تكلم بصوت منخفض
- قلل من التواصل الجسدي وخذ وقتاً كافياً للتعرف على الطفل وأفضل الطرق للتواصل الجسدي معه.

أعطِ تعليمات وتوجيهات بسيطة

- يعاني الأطفال ذوي التوحد من الصعوبة لتذكر التوجيهات الطويلة.
- عند تقديم التعليمات قسم المهمة إلى أجزاء يمكن التعامل معها ثم قدمها للطفل.
- انتظر حتى ينجح الطفل بانجاز الجزء الأول من المهمة، ثم قدم له الجزء الثاني من المهمة.

تقنيات تهدئة الطفل ذوي التوحد

- عند حدوث هياج للطفل اتخذ الخطوات اللازمة لتهدئة الطفل وبأسرع وقت ممكن.
- بصوت منخفض وجه الطفل للذهاب إلى المكان المخصص للإسترخاء حتى يهدأ الطفل. وفي نفس الوقت أوقف أي مثيرات حسية صوتية في الصف.
- زود الطفل ببعض الأقمشة للمسها أو وسادة مطاطية. الضغط على الوسادة المطاطية يساعد على تهدئة الطفل ويسهل عودته إلى الصف الدراسي.

استخدم اهتمامات الطفل كمعزز على سبيل المثال:

- مشكلة التعلق بالأشياء .. تسبب تشتت لإنتباه الطفل أثناء عملية التدريس.
- لتجنب هذه المشكلة، يمكن للمعلم أن يستخدم اهتمامات الطفل كأدوات تعزيز.
- الهدف هو جعل الطفل يركز في الدرس، وإبقاؤه متحفزاً للمضي قدماً بأنشطة الدرس.

استخدم اهتمامات الطفل لتعليمه:

- استخدم الاهتمامات أو المهارات الخاصة بالطفل للتواصل، وتحسين المهارات الأكاديمية، وزيادة الانتباه.
- على سبيل المثال: إذا كان الطفل يحب الكرات الصغيرة، استخدم الكرات في عملية العد أو تعليم الألوان، أو استخدم مقطع فيديو عن الكرات يكون مناسب للتعرف على الكلمات.

استخدم ألعاب التفاعل الانساني:

- ألعاب التفاعل الانساني تساعد الطفل على التواصل والتفاعل مع الآخرين
- استخدم الألعاب ذات التفاعل الثنائي مثل مناولة الكرة للطرف الآخر.
- بعض الألعاب التفاعلية لها أصوات .. اجعل الطفل بلطف يتأقلم مع الأصوات التي تصدر من لعبة التفاعل لكي تنشئ التفاعل.

استخدم التقنية:

- معظم الأطفال ذوي التوحد يستجيبون بطريقة أفضل للتعليم البصري.
- استخدم التقنيات مثل: التليفزيون، الفيديو، والأقراص المدمجة CD.
- بعض الأطفال ذوي التوحد سهل عليهم التواصل عبر الكتابة، في هذه الحالة شجعهم على استخدام الكمبيوتر ولوحة المفاتيح لتحسين التواصل.

استخدم التعميم في مواقف مختلفة:

- المشكلة أن التوحد يربط المهارة أو السلوك بمكان محدد واحد فقط. لتجنب هذه المشكلة استخدم التعميم
- مثال: يستخدم الطفل الملاعقة والشوكة في المنزل دون أن يدرك بأنه يجب أن يستخدمها خارج المنزل.

لا تعزز السلوك غير المرغوب فيه:

- استخدم التشجيع لحث الطفل على الاستجابة الملائمة ثم قدم له مكافأة على استجابته.
- تجاهل السلوكيات السلبية وقم بتصحيح الاستجابات لها، ولكن لا تعاقب الطفل.

استخدم التكرار:

- تعديل السلوك
- تدريس المهارات
- تحسين التواصل

يتعلم الأطفال ذوي التوحد أفضل ويحتفظوا بالمعلومات عن طريق التكرار.

عالج مشكلة واحدة في كل مرة:

- حدد قائمة المشاكل السلوكية
- ضع أولويات للسلوكيات
- اختر مشكلة واحدة
- اعمل على حل المشكلة مع الطفل حتى يصل السلوك إلى المستوى المقبول

لاحظ أن محاولة تغيير عدة سلوكيات دفعة واحدة غير مجدي!

استخدم النمذجة لتحسين التواصل الاجتماعي:

- المشكلة صعوبة قراءة الطفل للتعبير والأحاسيس الاجتماعية.
 - الطفل بحاجة إلى معرفة كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية.
- إذا كان هدف الطفل التعليمي هو "المصافحة" قم باستخدام النمذجة عن طريق مصافحة الناس الجدد أمام الطفل.

الطفل الصغير - التعليم باللعب - فقط اللعب

- إذا كان الطفل ذوي التوحد صغيراً قدم الدرس عن طريق اللعب
- كن مبدعاً
- استخدم لعبة الطفل
- استخدم أهداف الطفل لتحديد ما ستدرسه واستخدم لعبة الطفل المفضلة

التدريب المجزء:

- قسم الهدف
- ابدأ العمل مع الطفل
- إذا نجحت المحاولة عزز الطفل
- في حال إخفاق الطفل في انجاز المهمة، أعد المحاولة، ثم عزز الطفل إذا أتم المهمة بنجاح

كن صبوراً .. لا تكن سريع اليأس: العمل مع الأطفال ذوي التوحد بحاجة إلى:

- الصبر
- تفهم نفسك وحالة الطفل!
- خذ فترات من الراحة. لا تشعر بالاحباط إذا كانت محاولتك في البداية غير ناجحة.

التوحد ي عنيد .. تعلم من الطفل!! في حال أن الطفل لا يرغب في المشاركة:

- لا ترغم الطفل
- تفهم حالة الطفل
- خذ راحة!
- تجنب خلق موقف يجعل الطفل ينخرط في نوبات الانفعال الشديد ..

كيف تدرس المهارات الحياتية للأطفال والكبار ذوي التوحد؟

عندما تتعامل مع ذوي التوحد، فإنه من المهم أن تدرسهم ما يعود عليهم بالنفع. معظم الأطفال والكبار ذوي التوحد ليس لديهم مشكلة في الذكاء، وإنما تكمن المشكلة ببساطة في عملية الربط والانتماء والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

1- مدة تدريس مهارات الحياة

- أحسب عدد الأسابيع التي ستقدم فيها التدريب للأطفال أو الكبار ذوي التوحد.
- إذا كان لديك 8 أسابيع، بالتأكيد ستنجح في تعليم 8 مهارات حياتية.
- ركز على مهارة واحدة فقط في الأسبوع الواحد.
- اجعل المهارات الحياتية كبيرة مثل: تنظيف الغرفة، وطهي الطعام، وغسيل الصحون .. وغيرها من مهارات الحياة اليومية.

2- درس مهارة حياة واحدة في الأسبوع

- قم بتدريس مهارة حياة واحدة في الأسبوع. ولا تضيف مهارة حياة أخرى إلى نفس المهارة.
- خلال أسبوع يمكنك مراجعة المهارات الأخرى التي تعلمها الطفل سابقاً، ولكن لا تضع أكثر من مهارة جديدة في الأسبوع الواحد.

3- مكان تدريس المهارة

- قم بتدريس مهارات الحياة في مكان هاديء بعيداً عن المشتتات والإزعاج.
- تكلم بوضوح للطلبة ذوي التوحد، وأيضاً أعطهم ورقة فيها التعليمات (وفق قدرة الطفل)، حتى يتسنى لهم المتابعة معك.

4- إعمل فردياً مع كل طفل من ذوي التوحد

- قم بالعمل مع كل طفل فردياً.
- ضع يدك على كتفه وأطلب من الطفل ذوي التوحد أن ينظر إلى عينيك، لإنشاء التواصل البصري معه.
- تكلم مع الطفل ببطء وبهدوء عن المهارة التي سيقوم بتعلمها.

5- اجعل المهارات سهلة للطفل ذوي التوحد

- اجعل المهارات سهلة للطفل ذوي التوحد، وكن متأكداً من القواعد والتعليمات.
- وجود خمس قواعد أو خطوات لكل مهمة حياتية يعتبر طريقة جيدة لجعل الطفل يدرك مفهوم المهارة.
- أكتب 5 قواعد للمهارة على لوح أو ورقة كبيرة وضعها في مكان تدريس المهارة.

6- تابع القواعد الخمس للمهارة يومياً

- قم بالمرور على القواعد والخطوات الخمس للمهارة يومياً خلال فترة الأسبوع.

- استخدم قدرات التدريب العملي قدر المستطاع، وأعمل فردياً لمساعدة الطالب ذوي التوحد على تعلم المهارات.

كيف تدرس المهارات الاجتماعية لذوي التوحد؟

- يواجه الأطفال ذوي التوحد صعوبات في المهارات الاجتماعية.
- ذوي التوحد لا يرغبون في التفاعل مع الآخرين ويفضلون البقاء منعزلين.
- البرنامج المنظم والذي يشمل: لعب الأدوار، والأنشطة الفردية، ومقاطع الفيديو، ومواد القراءة يساعد في بناء المهارات الاجتماعية الأساسية.
- التشجيع والمثابرة هي مفاتيح النجاح.
- مشاركة الجميع في حياة الطفل بما فيهم المعلمين يعتبر أمراً بالغ الأهمية.

1- حدد المهارات الاجتماعية التي يحتاج الطفل إلى إتقانها

- على سبيل المثال: طفل بحاجة إلى العمل على المشاركة، بينما طفل آخر بحاجة إلى مساعدة في بدء المحادثة بينه وبين الطرف الآخر والاستمرار.
- على وجه الخصوص، عادة ما يحتاج الأطفال ذوي التوحد المساعدة في فهم تصريحات واستجابات الآخرين والإستجابة إليها بطريقة ملائمة.

2- استخدم الكتب لتدريس المواقف الاجتماعية المناسبة

- اقرأ مع الطفل قصصاً تركز على مهارات اجتماعية متخصصة.
- بالنسبة لذوي التوحد البالغين يقترح أن تكون القصص الاجتماعية حول المهارات الاجتماعية من المواقف الحياتية اليومية لذوي التوحد.
- يجب قراءة القصص لذوي التوحد باستمرار ومناقشة التفاصيل معهم.

3- استخدم الفيديو

- استخدم الفيديو لتعليم السلوك المناسب للمواقف الاجتماعية.
- شاهد مع الطفل شريط فيديو متخصص يركز على المهارات الاجتماعية المتخصصة مثل: التعرف على التعبيرات الوجهية، وحركات الجسد، والضحك.
- استخدم البرامج التلفزيونية المفضلة وناقش المواقف الاجتماعية مع الطفل.
- أعرض شريط فيديو مصور عن الطفل ذاته لكي يكتسب الفهم حول كيفية تفاعله مع الآخرين.

4- تمثيل الأدوار والمحادثات الاجتماعية

- قم بتمثيل الأدوار والمحادثات والمواقف الاجتماعية مع الطفل.
- لاحظ بأن الطفل ذوي التوحد لديه صعوبة في التركيز أثناء المحادثة، لذا ابدأ المحادثة وأكد على الحديث المتبادل.
- اجعل الطفل يلعب لعبة المواقف الاجتماعية مع طفل آخر، واجعله يطلب المساعدة في حال شعوره بالإحباط.

5- علم الطفل المشاعر

- قم بتعليم الطفل المشاعر عن طريق عرض صور الوجوه التي تعبر عن المشاعر المختلفة.
- ناقش مع الطفل كيف يشعر كل شخص ولماذا؟
- ناقش كيف يشعر الشخص في المواقف والسيناريوهات المختلفة.
- الكتب المتخصصة ومقاطع الفيديو تعزز هذا النشاط.

6- شارك الطفل نشاط فرد إلى فرد

- شارك الطفل نشاط فرد إلى فرد مع الوالدين قبل مشاركة الأصدقاء وبقيّة أفراد الأسرة.
- يسمح ذلك للطفل ببناء مهاراته الاجتماعية مثل: الحديث، والمشاركة، والمساعدة في البيئة الآمنة والمنظمة.
- الأنشطة مثل الطبخ (عمل الساندويتش) تكون مفيدة بحيث تتطلب تفاعل اجتماعي.
- الثناء هو الهدف الأسمى عند ممارسة الطفل المهارات الاجتماعية.

7- تواصل مع معلمي الطفل

- تواصل مع معلمي الطفل وأخبرهم عن البرنامج المنظم لبناء المهارات الاجتماعية، وذلك لتعزيز المجهودات مع بعض.
- وبالمثل فإن على الأسرة البدء والمحافظة على المهارات الاجتماعية مع الطفل.

كيف تكتب القصص الاجتماعية للأطفال ذوي التوحد؟

القصص الاجتماعية

- القصص الاجتماعية هي عبارة عن قصص سهلة تُعلم الأطفال ذوي التوحد السلوك المناسب والمهارات الاجتماعية.
- القصة الاجتماعية تصف موقفاً اجتماعياً يجد فيه الطفل صعوبة، مع إخباره بما هو متوقع من الآخرين في هذا الموقف.
- أكتب قصصاً اجتماعية لطفلك ذوي التوحد تعالج السلوكيات الصعبة في تلك المواقف.

1- اختر سلوكاً اجتماعياً أو موقفاً واحداً

- اختر سلوكاً واحداً أو موقفاً اجتماعياً وركز القصة عليه.

- كل قصة يجب أن تركز على موقفاً اجتماعياً واحداً يواجهه في الطفل صعوبة.
- إذا أظهر طفلك ذوي التوحد القلق تجاه "وقت المجموعة" في المدرسة، ركز القصة على هذا الموقف.
- أكتب القصة من منظور الطفل.

2- اشرح الموقف الاجتماعي والصعوبات التي يواجهها الطفل

- قم بوصف الموقف الاجتماعي الذي يعاني منه الطفل ذوي التوحد صعوبة.
- وضح الصعوبات التي يعانيها الطفل.
- على سبيل المثال: بعض الأوقات في المدرسة نجلس كمجموعة.
- ننشد أناشيد في كمجموعة.
- نقوم بعمل التمارين الصباحية كمجموعة.

3- أضف وصفاً عن ماذا يتوقع في هذا الموقف

- أدرج في الوصف المشاعر أو السلوكيات التي يستعرضها الطفل في هذا الموقف.
- على سبيل المثال: عندما يقول المعلم "حان وقت المجموعة"، نقوم بهدوء من على طاولتنا الدراسية ونجلس على الأرض.
- هذا الموقف يجعلني أشعر بالقلق والخوف. أحياناً أختبئ تحت طاولتي.
- أكتب الأسباب .. وما الأهمية من ذلك.
- على سبيل المثال: على الرغم من شعوري بالقلق والخوف، إلا أنني أريد الجلوس مع المجموعة في الصف، عندما أجلس مع المجموعة، أنا أسمع قصصاً مثيرة، وأناشيد، وندرس باستمتاع.
- أنا جزء مهم من الصف.

4- أختتم القصة بالتعهد

- أنهى القصة بالتعهد على القيام بالسلوك المناسب في الموقف الاجتماعي.
- اشمل التأثيرات على الأفراد الآخرين.
- على سبيل المثال: عندما يقول معلمي: "حان وقت المجموعة" سأحاول المشي بسرعة من طاولتي وأقوم بالجلوس على الأرض.
- عندما أجلس في المجموعة سيكون معلمي سعيداً.

تعديل السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري لدى الأطفال ذوي التوحد

ما هو السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري؟

- السلوك الإستحواذي أو النمطي التكراري عبارة عن: سلوك يهemin عليه اهتمامات الطفل الخاصة ويستحوذ على جُلِّ وقته. يركز الطفل التوحدي بكثافة على الهواجس الطقوسية التي تجعل من ذلك السلوك شاذاً بوضوح.

السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري .. متى يبدأ؟

- يبدأ غالباً بمشكلات بسيطة في مهد الطفولة
- لا يبذل الوالدين جهداً لوقف ذلك السلوك.
- يزداد النشاط ويصبح ملحوظاً عندما يكبر الطفل ويكون أكثر إزعاجاً.

ما هي سلبيات السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري؟

إنخراط وتركيز الطفل التوحدي في السلوك الإستحواذي والنمطي على اهتماماته الخاصة يجعله ينسى الأنشطة الأخرى مثل:

- الأكل والشرب
- الذهاب إلى الحمام
- عدم القدرة على النوم

- إهمال الصحة الشخصية
- الالتزامات الأخرى

لماذا يجب تقليل السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري؟

يجب علينا تقليل السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري للأسباب التالية:-

- الإزعاج الشديد الذي يسببه الطفل التوحدي للأسرة.
- استمرار السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري يتداخل مع تعلم الطفل لمهارات أخرى.

أحد الأهداف الأولية للعلاج هو زيادة قدرات الطفل في الاختلاط واللعب بطريقة تقلل من السلوك الاستحواذي.

ما هي إيجابيات السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري؟

- التعلم الذاتي للطفل.
- يقلل من قلق وتوتر الطفل.
- يوفر المتعة للطفل.
- يساعد الطفل على الاسترخاء
- يعطي الطفل المزيد من القدرة على التيقن والتنبؤ.
- يُمكن الطفل من الفهم أو التعامل مع العالم من حوله بطريقة الخاصة.
- قد يعطي الطفل معنى الشعور بالهوية الشخصية.
- يُحدِث التواصل الاجتماعي والصدقات بطريقة الطفل التوحدي.

السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري كمعزز:

- يُستخدم لتحفيز الطفل لتحقيق وإنجاز المهام التي لا يرغب القيام بها.

- يمكن للوالدين ومقدمي الرعاية والمعلمين استخدام الاهتمامات البناءة للطفل لتوظيفها وخلق فرص لتعليم وتحسين الطفل.

أشكال السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري:

- نشاطات نمطية متكررة
- الروتين اللفظي
- مقاومة التغيير
- سلوك التجميع الاستحواذي
- سوء التكيف عند الاتباط بالأشياء
- النوم
- الأكل

أفضل طريقة لعلاج السلوك الإستحواذي والنمطي التكراري هي: استخدام وسائل التغيير التدريجية.

- لا تحاول منع أو إيقاف السلوك الاستحواذي مباشرة.
- لاحظ أن السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري تطوّر لدى الطفل على مدار سنوات.

نصائح لإدارة السلوك الاستحواذي والنمطي التكراري:

- من الأفضل العمل مع وليس ضد استحواذات وهواجس الطفل الطقوسية.
- بالتعاون مع الطفل حاول إعطاء الطفل اهتماماً آخر مع إعطاء وقت كاف للطفل لكي يتقبل ذلك.
- إذا كان الإستحواذ هو التحدث عن إهتمام معين استخدم الصور المطابقة للحديث مما يساعد الطفل على أن يكون أكثر قبولاً اجتماعياً.
- علّم الطفل القوانين الخاصة بالأماكن العامة.

- قم بتدريس الطفل استراتيجيات التأقلم والتعامل مع التوتر وتعزيز الاسترخاء، وهذا يقلل من الحاجة إلى الإكراه.
- بعض الإستحواذات قد تكون حسيّة، لذلك التقييم الحسي يساعدك على فهم مسببات هذا الإستحواذ.
- في حال أن الإستحواذات الخاصة بالطفل هي الإهتمام بالأشياء الخطيرة مثل الأدوات الكهربائية، عليك مراقبة الطفل مراقبة لصيقة لمنع حصول الأذى للطفل.

تم بحمد الله،،،

وفي الختام أتمنى أن أكون قد وفقت في تقديم بعض المعلومات والطرق التي تسهم في فهم اضطراب التوحد وكيفية التعامل مع الأطفال ذوي التوحد من قبل الأسرة ومقدمي الرعاية.

اسأل الله أن يعيننا على تنشئة أبنائنا وبناتنا من ذوي التوحد وتوفير سبل العيش الكريم لهم.

والله وليّ التوفيق.

ياسر الفهد – والد شاب توحدى – المملكة العربية السعودية – الرياض

thinkdates@hotmail.com